

## Het voeden van uw te vroeg geboren baby

### Inleiding

U bent de ouder geworden van een baby die eerder is geboren dan verwacht. Een baby die te vroeg geboren is kan meestal nog niet meteen zelf (alles) drinken en zal tijdelijk geheel of gedeeltelijk voeding via een sonde krijgen. Over het algemeen kan een baby met een leeftijd van 28 of 29 weken zwangerschapsduur al zuigen op een fopspeen. Daarbij gaat het om niet-voedend zuigen. Het niet-voedend zuigen is een eerste stap in de ontwikkeling naar borst- of flesvoeding, omdat het niet zo veel van de coördinatie van het zuigen, slikken en ademen vraagt.

### Leren drinken

Uw baby moet leren om het zuigen, slikken en ademen goed op elkaar af te stemmen. Het belangrijkste daarbij is dat uw baby veilig leert drinken zonder zich te verslikken en zonder er benauwd van te worden. Het voeden moet geen stressmoment zijn voor uw baby en voor uzelf, maar juist een prettige en positieve ervaring. Het is van belang dat uw baby in de beginfase van het voeden positieve ervaringen opdoet zodat voedingsproblemen op latere leeftijd worden voorkomen. Om deze reden zal er bij elk voedingsmoment gekeken worden of uw baby toe is aan voedend zuigen en wordt er tijdens (en na) de voeding geobserveerd of uw baby het goed aankan. Hiervoor wordt op de afdeling gebruikgemaakt van de Checklist Oral Feeding (COF).

Met drinken uit de borst of uit de fles (orale intake) kan gestart worden zodra uw baby het zuigen, slikken en ademen op elkaar af

kan stemmen. Er is een duidelijke ontwikkeling te zien in de zuig-slik-adem-coördinatie tussen de 33 en 34 weken zwangerschapsduur en de uitgerekenende geboortedatum. Om deze reden wordt (meestal) vanaf 34 weken begonnen met het aanbieden van voeding via de mond. De kinderarts geeft het startsein waarop uw kindje mag beginnen met leren drinken.

### Veilig en plezierig drinken

Het is normaal dat het drinken bij te vroeg geboren baby's wisselend verloopt. De ene keer kan het heel goed gaan, terwijl uw baby de andere keer niet zelf kan drinken en sondevoeding zal krijgen. De verpleegkundige houdt bij hoe elk voedingsmoment verloopt. Er wordt geobserveerd of uw baby eraan toe is om zelf te drinken, het vol kan houden, hoe uw baby het beste geholpen kan worden tijdens het drinken en hoe het drinken is gegaan. Er wordt daarbij vooral gelet op de kwaliteit van het drinken; het veilig en plezierig drinken is in eerste instantie belangrijker dan de hoeveelheid (kwantiteit) die gedronken wordt.

### P-speen

Mogelijk wilt of kunt u geen borstvoeding geven, of alleen gedeeltelijk. Te vroeg geboren baby's die voor het eerst uit de fles gaan drinken, beginnen met een zogenaamde 'P-speen' (P=prematuren); een low-flow speen in combinatie met een bijbehorende fles. De uitstroom van de melk door deze speen is minimaal en bevordert de veiligheid tijdens het voeden. De prematuren speen en fles zijn beschikbaar op de afdeling. De fles leent u van ons zolang dat nodig is. De P-speen

hoeft u niet terug te geven. Als uw kindje met u mee naar huis gaat en het de P-speen nog nodig heeft, adviseren wij u desgewenst over het type fles dat u hiervoor kunt aanschaffen.

Als uw kindje de overstap kan maken naar een reguliere speen, zijn de uitleenfles en P-speen niet meer nodig.

### **Vorbereiding op het voeden**

Rust en zo min mogelijk afleiding zijn belangrijk tijdens het voeden. Uw baby leert iets nieuws wat veel energie en aandacht vraagt. Het is daarom belangrijk dat er geen afleiding is in de vorm van hard geluid, praten, fel licht, bezoek of tv/radio/telefoon. Zorg voor een rustige plek waar u zelf ontspannen kunt zitten en waarbij u goed naar uw baby kunt kijken.

### **Voorwaarden voor de voeding**

Er kan gestart worden met voeding als uw baby voldoende alert is. Uw baby moet wakker genoeg zijn om te kunnen reageren op de borst of fles. Door met de tepel of de speen een langzame, strijkende beweging van het oor in de richting van de mondhoek te maken stimuleert u de zoekreflex. Dit geeft uw baby het signaal dat het voeden gaat starten. Als uw baby klaar is voor de voeding, zal de mond open gaan en de tong omlaag. Bied dan de borst of speen aan. Opent uw baby de mond niet, dan is hij of zij niet toe aan drinken en zal er sondevoeding worden gegeven.

### **Start van de voeding**

Als ouder kunt u uw baby helpen bij het leren drinken. Van de verpleegkundige, logopedist of lactatiekundige krijgt u hier adviezen over. Hieronder alvast een aantal tips.

#### *Houding*

Zorg dat uw baby goed ondersteund ligt tijdens het voeden en let erop dat u zelf ontspannen zit. Soms is het beter om uw baby in zijligging te voeden als u de fles geeft. De verpleegkundige zal u hierbij helpen.

#### *Zoekreflex*

Bereid uw baby voor op de voeding door rustig met de tepel of speen over de wang te strijken van oor richting mondhoek. Bied de borst aan of plaats de speen alleen in de mond als uw baby aangeeft dat hij klaar is om te zuigen (mond open en tong omlaag). Zorg ervoor dat de tepel in zijn geheel in de mond wordt genomen of dat de speen tot aan het brede gedeelte in de mond komt.

### **Tijdens de voeding**

#### *Aanpassen van het zuigritme*

Uw baby moet hard werken om het zuigen, slikken en ademen goed op elkaar af te stemmen. Als u merkt dat uw baby buiten adem raakt, kunt u helpen door het ritme aan te passen. Dit doet u door uw baby na enkele zuigbewegingen te laten pauzeren. De verpleegkundige zal u helpen dit te leren toepassen.

#### *Voorkomen van stress*

Kijk goed naar uw baby tijdens het voeden. Onderbreek het voeden als u stress-signalen ziet. Wanneer de stress-signalen aanhouden, krijgt uw baby de rest van de voeding per sonde.

Stress-signalen zijn onder andere:

- moeite met ademen (hoorbaar of zichtbaar);
- onrustig worden;
- wegdraaien van het hoofd;
- spreiden van de vingers/handen;
- wegduwen speen;
- wenkbrauwen optrekken of fronsen;
- verslikken/hoesten;
- kokhalzen;
- knoeien.

#### *Voedingsduur*

Voed uw baby niet te lang. Stop zodra uw baby niet meer alert is, stress-signalen vertoont of moe wordt. De rest van de voeding wordt dan via de sonde gegeven. Een voedingsmoment duurt ongeveer 10 tot 20 minuten.

### *Boeren*

Laat uw baby tussendoor boeren. Neem hier de tijd voor.

Een goede houding hiervoor is recht tegen uw schouder aan. Eventueel kunt u zachtjes over de rug wrijven.

### *Begeleiding*

Naast de begeleiding door de verpleegkundige krijgt u mogelijk ook begeleiding van een logopedist en een lactatiekundige. Zij geven uitleg en advies over het voeden van uw kind. Ook krijgt u advies over de soort fles en speen die het beste gebruikt kan worden.

### **Contact**

Heeft u vragen? Neem gerust contact op met de afdeling Kinderlogopedie via: (0182) 50 53 58.

### **Groene Hart Ziekenhuis, locatie Gouda**

Bleulandweg 10  
2803 HH Gouda

Algemeen telefoonnummer ziekenhuis:  
(0182) 50 50 50.

### **Colofon**

uitgave: Groene Hart Ziekenhuis, Gouda  
productie: Marketing & Communicatie  
april 2022  
05.14.008